Man kann ja bald gar nichts mehr essen ? man kann keine industriell hergestellte Nahrung mehr essen

DER MAGEN MUSS DURCH DIE LIEBE

Hände weg

Vorsicht! 'mit Phosphat'

WENN DAS FLEISCH GESCHLACHTETER TIERE IN DIE FABRIKEN UND METZGEREIEN GELIEFERT WIRD, IST ES EIGENTLICH SCHON ZU ALT: ES HAT BEREITS DIE TODESSTARRE UND NIMMT BEIM KOCHEN KEIN WASSER MEHR AUF. DIE HERSTELLUNG VON 'SAFTIGEN' WURSTSORTEN IST JETZT ETWAS SCHWIERIGER. DAMITS DENNOCH KLAPPT, KOMMT **PHOSPHAT** REIN.

PHOSPHAT IST IN JEDER KOCHWURST (BLUTWURST, LEBERWURST, SÜLZE ETC.) UND IN **BRÜHWURST** (NUR DA IST ES GEKENNZEICHNET) PHOSPHAT FÜHRT (ZITAT) "ZU EINER GEWISSEN **ENTKALKUNG DES KÖRPERS**". GEFÄHRDET SIND VOR ALLEM ZÄHNE UND KNOCHEN.

UND: IN LETZTER ZEIT MEHREN SICH DIE BERICHTE ÜBER VIRUSERKRANKUNGEN (LEBERENTZÜNDUNG) DURCH **BRATWURST**

DIE GÄNGIGE PRODUKTIONSMETHODE BEI GEFLÜGEL, SCHWEINEN UND KÄLBERN IST MASSENTIERHALTUNG. DABEI SIND DIE TIERE STÄNDIG KRANK UND BEKOMMEN DESWEGEN ANTIBIOTIKA IN IRRSINNIGEN MENGEN. ALS MÄSTUNGSMITTEL WERDEN SCHILDDRÜSEN MEDIKAMENTE VERWENDET, DIE DEREN FUNKTION HEMMEN: DAS TIER WIRD MIT KÖRPERFLÜSSIGKEIT AUFGESCHWEMMT. EIN SCHWEIN Z.B WIRD AUF DIESE WEISE IN nur 10% DER NORMALEN ZEIT AUF DIE VOLLE GRÖSSE HERANGEZÜCHTET. DA DER KNOCHENBAU NICHT SO SCHNELL MITWÄCHST, LEIDET DAS TIER STÄNDIG STARKE SCHMERZEN

DESWEGEN WERDEN TRANQUILLIZER ("BERUHIGUNGSMITTEL") VERFÜTTERT. EINE ANDERE MÄSTUNGSMETHODE IST DIE MASSENHAFTE VERWENDUNG VON CHEMISCHEN ÖSTROGENEN, DEREN NEBENWIRKUNG (NÄMLICH DICKZUMACHEN) ZUR ANWENDUNG KOMMT. DIE TIERE WERDEN MIT GRÜNFUTTER UND ANDEREM FUTTER SOWIE FUTTERZUSÄTZEN (PRÄPARATE) VERSORGT DIE ALLESAMT STARK MIT CHEMIKALIEN BEHANDELT SIND - NACH DEM MOTTO: LIEBER ZUVIEL ALS ZU WENIG. SO GELANGEN SPRITZGIFTE, QUECKSILBER, SCHIMMELGIFTE U.V.A. IN DEN ORGANISMUS DES TIERES, UND LAGERN SICH IN FLEISCH UND FETT, VOR ALLEM IN DEN ORGANEN AB.

DIE LISTE DER STOFFE, DIE TIEREN DIREKT ODER INDIREKT VERABREICHT WERDEN IST ENDLOS. ALLE OBENGENANNTEN STOFFE SIND ALS RÜCKSTÄNDE IM FLEISCH ENTHALTEN. UND ZWAR IN SO GROSSEN MENGEN, DASS STÄNDIG ERKRANKUNGEN UND WIRKUNGEN FESTGESTELLT WERDEN, DIE NACHWEISLICH AUF DEN VERZEHR VON FLEISCH ZURÜCKGEHEN.

KEINES DER GENANNTEN MITTEL WIRD DURCH ERHITZUNG BEIM ZUBEREITEN VON FLEISCH ZERSTÖRT, SONDERN SIE WIRKEN IM KÖRPER DES KONSUMENTEN WEITER, EINSCHLIESSLICH DER NEBENWIRKUNGEN UND WIRKUNGEN DIE DURCH KOMBINATION VON MEDIKAMENTEN UND CHEMIKALIEN ENSTEHEN.

RÜCKSTÄNDE IM FLEISCH

Ein solcher Fall, der die Öffentlichkeit erregte, war auch der Nachweis von Perchloräthylen in Hühnereiern. Die rund 80 Abdeckereien der Bundesrepublik benutzen dieses Mittel, um in den Kadavern Eiweiß von Fett zu trennen. Aus so gereinigten Resten werden dann Futtermittelzusätze hergestellt, die Hühner, Schweine und andere Tiere ins Fressen bekommen. Kontinuierlich aufgenommen, kann Perchloräthylen beim Menschen zu nervösen Störungen sowie zu Leber- und Nieren-

UND IHRE WIRKUNGEN

ALLERGIEN, ERKRANKUNG DER HAUT UND SCHLEIMHAUT DURCH **ÖSTROGENE**. **ABWEHRSCHWÄCHE** GEGEN INFEKTIONEN SOWIE **ALLERGIEN** DURCH ANTIBIOTIKA **ALLG. VERLANGSAMUNG DER REAKTIONEN, AUGENMUSKELSTÖRUNG**, **NACKENVERKRAMPFUNG** DURCH **BERUHIGUNGSMITTEL.** DIE WIRKUNG WIRD DURCH ALKOHOLGENUSS BEIM ESSEN GESTEIGERT.

Wein

IST BEKANNTLICH MIT PESTIZIDEN ÜBERHÄUFT. WEITERE CHEMIKALIEN SIND: GÄRUNGSSTOPPER, DER SICH IN DER FLASCHE IN EIN "BEDENKLICHES" GIFT VERWANDELT. ALS KONSERVIERUNGSMITTEL WIRD SCHWEFLIGE SÄURE IN DEN WEIN GEKIPPT. "AMTLICHE" HÖCHSTDOSIS: 1/2 GLAS!

KONSERVENDOSEN..........

SIND AUS VERZINNTEM BLECH UND WERDEN GELÖTET;- BEIDES SIND QUELLEN VON BLEIVERSEUCHUNG. MAN VERSUCHTE DEM ABZUHELFEN, INDEM DIE DOSEN VON INNEN LACKIERT WURDEN. DARAUF VERGAMMELTE DER INHALT-WEIL ZINN EINE BAKTERIENTÖTNDE WIRKUNG HAT. DARAUF LIESS MAN EINEN SCHMALEN STREIFEN UNLACKIERT. ES IST FRAGLICH, OB DERART AUFBEWAHRTE LEBENSMITTEL NOCH VERTRÄGLICH SIND. WENN DIE LÖTNAHT ROSTIG IST, IST DER INHALT GANZ SICHER GESUNDHEITSGEFÄHRLICH MIT BLEI VERSEUCHT BEIM ÖFFNEN VON KONSERVENDOSEN FALLEN WINZIGE METALLSPLITTER IN DEN INHALT UND WANDERN DANN SPÄTER DURCH DEN KÖRPER. AU WEIA.

mehr Gewinn bei Milch und Fleisch. **Mehr Phosphor ins Futter.**

UM PFLANZENÖLE IRGENDWIE BUTTERÄHNLICH ZU MACHEN, WERDEN SIE "GEHÄRTET". d.h. SIE WERDEN AUF 200 C° ERHITZT, MIT EINEM KATALYSATOR UND MIT WASSERSTOFF 'ANGEREICHERT' UND MIT EINEM EMULGATOR VERSETZT. DAS IST EINE CHEMIKALIE, DIE FETT UND WASSER SOZUSAGEN ZUSAMMENKLEBT ... UND DAS LEIDER AUCH IM KÖRPER DES MARGARINEVERSPEISERS. DER KÖRPER REAGIERT ALLERGISCH.

So. JETZT FEHLT NUR NOCH KARTOFFELSTÄRKE, FARBSTOFF, KÜNSTLICHES AROMA, KÜNSTLICHE VITAMINE, KONSERVIERUNGSSÄURE *und fertig ist die Margarine!*

...SSER IST MARGARINE AUS ...REFORMHAUS ODER DER LEBENSMITTELCOOP

ROTFÄRBUNG VON FLEISCH

95% ALLER FLEISCH UND WURSTWAREN WERDEN MIT **NITRIT** BEHANDELT

NITRIT IST NACHWEISLICH EINER DER STÄRKSTEN **KREBSERREGER**

WARUM?

1. OHNE NITRIT WÄRE ALLES FLEISCH & WURST GRAU!
2. NITRIT GIBT EIN 'KRÄFTIGES' AROMA.

VON ALLEN VERBRAUCHERSTELLEN WIRD EIN VERBOT - ZUMINDEST ABER EINE EINSCHRÄNKUNG (WIE IN EINIGEN ANDEREN LÄNDERN) GEFORDERT. EINEN SOLCHEN VORGESEHENEN HÖCHSTWERT ERREICHT MAN BEI DEUTSCHEN PRODUKTEN SCHON MIT Z.B **50 GR. WURST!**

DIE EINNAHME VON NITRITHALTIGEN SPEISEN (AUCH KÄSE!) BEWIRT SOFORTIGEN BLUTDRUCKABFALL. (SCHLAPPHEIT)

NITRIT WIRD DURCH ERHITZUNG GEFÄHRLICH

DESWEGEN: **NIEMALS WURST ERHITZEN KÄSE NICHT ERHITZEN!!!!!!!!!!!**

WARUM

DENN

KLARSICHT FRISCHHALTE FOLIE

ANTI-STATIC ... ENTHÄLT ... SCHIMMELGIFT

JE WEICHER EIN PLASTIK IST, DESDO MEHR BESTANDTEILE LÖSEN SICH HERAUS. AM GIFTIGSTEN DAVON IST **WEICHMACHER.** KLARSICHTFRISCHHALTEFOLIE 'FÄRBT' REGELRECHT AB. LEBENSMITTEL UNBEDINGT AUS DER PACKUNG NEHMEN SOBALD MAN ZIMMERTEMPERATUR ERREICHT.

? ALLERGIE ! ?

NEBEN DEN KLASSISCHEN ALLERGIEAUSLÖSERN (KATZENHAARE, HAUSSTAUB, BLÜTENPOLLEN ETC.) TRETEN SEIT EINIGER ZEIT IMMER HÄUFIGER VERUNREINIGUNGEN, RÜCKSTÄNDE UND ZUSÄTZE IN LEBENSMITTELN IN DEN VORDERGRUND.

NACH SCHÄTZUNGEN SOLLEN HEUTZUTAGE CA. 30% ALLER KRANKHEITEN AUF ALLERGISCHE PROZESSE ZURÜCKGEHEN, WEITERE 30% WERDEN DURCH MITWIRKENDE ALLERGISCHE REAKTIONEN VERSCHLIMMERT. IN DEN INDUSTRIELÄNDERN STEIGT DIE ZAHL DER ERKRANKUNGEN STÄNDIG, EBENSO DIE BEREITSCHAFT KRANK ZU WERDEN - WENN MAN NUR ENTSPRECHEND BELASTET WIRD (SMOG, PSYCHOS, DROGEN, MEDIKAMENTE)

DIE SYMPTOME EINER ALLERGIE BRAUCHEN GAR NICHT SO AUSGEPRÄGT ZU SEIN, GANZ ANDERE BESCHWERDEN KÖNNEN IN DEN VORDERGRUND TRETEN, Z.B. PSYCHISCHE LABILITÄT, "NERVÖSER" MAGEN, BLÄHUNGEN, MULMGEFÜHL.

ALLERGIEVERDÄCHTIGE SYMPTOME SIND:

JUCKEN UND STECHEN AN DEN AUGENLIDERN, BINDEHAUTENTZÜNDUNG, NEIGUNG ZU HAUTPILZ, JUCKEN BEI HAUTREIZUNG SCHMERZENDE PICKEL, CHRONISCHER SCHNUPFEN, KRIBBELN BIS IN DIE STIRNHÖHLE, JUCKEN UND SCHMERZEN DER MANDELN STÄNDIG BELEGTE ZUNGE, SCHLAPPHEIT (DURCH BLUTDRUCKABFALL) DURCHBLUTUNGSSTÖRUNGEN, SCHWELLUNG VON GELENKEN MIT RHEUMATISCHEN SCHMERZEN BESONDERS NACH EINER MAHLZEIT, STARKES SCHWITZEN, NERVÖSE STÖRUNGEN.

WIE FINDET MAN RAUS, GEGEN WELCHE(S) LEBENSMITTEL MAN ALLERGISCH IST?

DREI METHODEN KANN MAN EMPFEHLEN:

PESTIZIDE

= OBERBEGRIFF FÜR ALLE MÖGLICHEN SPRITZGIFTE: INSEKTIZIDE HERBIZIDE/

GEMÜSE

IST DAS AM STÄRKSTEN VERSEUCHTE LEBENSMITTEL - VOR ALLEM MIT SPRITZGIFTEN UND CHEMIKALIEN & SCHWERMETALLEN AUS DÜNGER.

MANCHE GEMÜSESORTEN SPEICHERN DERART GROSSE MENGEN AN

Äpfel...

warm waschen.

Die Stellen um die Blüte und den Stil herum herausschneiden (DORT SAMMELT SICH DAS SPRITZGIFT)

Gewachste Äpfel schälen! (WENN MAN EIN PAARMAL MIT DER MESSERSCHNEIDE DRÜBER FÄHRT, SIEHT MAN'S)

DURCH UND DURCH MIT SPRITZMITTELN DÜNGER UND 'WACHSTUMSDROGEN' VERSEUCHT.

MARMELADE IST - WENN NICHT ANDERS VERMERKT - MIT SCHWEFLIGER SÄURE KONSERVIERT. DIESEN STOFF SOLL MAN MEIDEN WIE DIE PEST.

Milch Milch Milch Milch

FRISCHE MILCH, SO WIE SIE VON DER KUH KOMMT, WIRD NACH 1 - 2 TAGEN SAUER UND DICK (UND SCHMECKT HERVORRAGEND) SIE ENTHÄLT JEDOCH MANCHMAL KEIME, VON DENEN MAN MAGEN- UND DARMKRANK WERDEN KANN. DESWEGEN WIRD SIE IN DEN MOLKEREIEN PASTEURISIERT

Pasteurisieren — ERHITZUNG AUF 71 BIS 74 C FÜR 40 SEKUNDEN

SIE IST JETZT ENTKEIMT UND LÄNGER HALTBAR. DIE SÄUREBAKTERIEN SIND WEITGEHEND ABGETÖTET, NICHT JEDOCH DIE FÄULNISBAKTERIEN. DESWEGEN WIRD SIE EHER FAUL ALS SAUER. DIE HALTBARKEIT LIEGT JETZT BEI 6TAGEN.

STERILISIEREN — ERHITZUNG AUF 120 C FÜR 30 MINUTEN. OHNE NÄHRWERT

H-MILCH — ERHITZUNG AUF 150 C FÜR 6 SEKUNDEN. OHNE NÄHRWERT

SEIT LÄNGEREM WIRD DIE MEISTE MILCH AUCH NOCH HOMOGENISIERT

HOMOGENISIEREN — DIE MILCH WIRD UNTER HOCHDRUCK DURCH EINE FEIN-DÜSE GESPRÜHT, SO DAß IHRE STRUKTUR VERÄNDERT WIRD. DIE FETTEILCHEN WERDEN ZERTRÜMMERT UND MIT DEM WASSER VERMISCHT. DIE MILCH SCHMECKT JETZT "CREMIGER" UND IST NOCH LÄNGER HALTBAR, DAS FETT SETZT SICH NICHT MEHR OBEN AB.

LEBENSMITTEL COOP

IN EINER LEBENSMITTEL-COOPERATIVE KANN MAN ZU EINER GÜNSTIGEN ZEIT UND IN ALLER RUHE & SCHÖNER ATMOSPHÄRE EINKAUFEN. EINEN GROSSEN TEIL DER GRUNDNAHRUNGSMITTEL UND DER BELIEBTEN LECKEREIEN GIBT ES BILLIG UND IN GUTER QUALITÄT - VIELES, WENN NICHT DAS MEISTE, AUS "NATÜRLICHEM ANBAU". MAN SUCHT EINFACH EIN PAAR LEUTE ZUSAMMEN...

JEDER ZAHLT EINEN FESTEN BETRAG (Z.B. DM 50.-) ALS DARLEHEN AUF EIN GEMEINSAMES KONTO EIN UND DAVON KÖNNEN DIE WICHTIGSTEN SACHEN BESTELLT WERDEN. DIE ADRESSEN ERFÄHRT MAN BEI EINER BEFREUNDETEN COOP. ANFANGS MACHEN DIESE ARBEIT NUR 1 oder 2 LEUTE SPÄTER SOLLEN'S DANN MEHR MACHEN.



BLEI CADMIUM QUECKSILBER

SIND SUMMATIONSGIFTE, SIE SAMMELN SICH IM KÖRPER AN UND ÜBERSCHREITEN EINES TAGES DIE ERTRÄGLICHE SCHWELLEN-DOSIS

IN VIETNAM) USW.

PESTIZIDE LAGERN SICH AB UND WIRKEN VOR ALLEM AUF DIE NERVEN: STEIGERUNG DER REIZBARKEIT

NICHT

DEN SPINAT VON GESTERN?

BEI MÖHREN UND KOPFSALAT SIND DIE MENGEN SO GROSS, DAß IN DER VERGANGENHEIT MEHRFACH IN PRESSE UND RUNDFUNK VOR DEM GENUSS GEWARNT WERDEN MUSSTE. DENN: **DER DÜNGER VERWANDELT SICH IN EIN STARKES GIFT**

(Z.B. EIER, KAFFE, MILCH, GETREIDE USW.)
FASTEN, DANN LANGSAM AUFBAUEN.

DER PROZESS DER GIFTENTSTEHUNG SETZT BEI ZIMMER TEMPERATUR EIN UND GEHT IM MAGEN WEITER.
WENN EIN GEMÜSE Z.B. SPINAT NUN - NICHT NUR ERWÄRMT ~ SONDER WIEDER ERWÄRMT WIRD, ENTHÄLT ES BEREITS SOVIEL GIFT, DASS MAN ERNSTHAFT MIT GIFT BELASTET WIRD UND KRANK WIRD.

ALLES GEMÜSE SOLL DESWEGEN NICHT BEI ZIMMERTEMPERATUR GELAGERT WERDEN UND NICHT WIEDERERWÄRMT WERDEN.
GENAUSO GEFÄHRLICH WIE SPINAT SIND: ROTE BEETE, KOHLRABI, BLUMENKOHL.
DAS GILT JEDOCH NUR FÜR KÜNSTLICH ANGEBAUTES GEMÜSE, GEMÜSE AUS NATÜRLICHEM ANBAU IST VÖLLIG BEDENKENLOS.

WENN MAN DIE GESETZLICHEN HÖCHSTWERTE ZUGRUNDE LEGT, DÜRFTE EIN SÄUGLING NUR 1½ GRAMM VON KÜNSTLICH ANGEBAUTEN SPINAT PRO TAG ESSEN.

QUECKSILBER
DRINGT INS GEHIRN UND VERURSACHT DORT DIE STÄRKSTEN SCHÄDEN: NERVENSCHÄDEN, VERHALTENSSTÖRUNGEN ERBSCHÄDEN

NICHT NUR FÜR KINDER SCHÄDLICH

VOR EINIGEN JAHREN NOCH WURDE VON OFFIZIELLEN STELLEN DAVOR GEWARNT, KLEINKINDERN HOMOGENISIERTE MILCH ZU GEBEN. DIE FEINEN FETTEILCHEN GELANGEN DURCH DIE DARMWAND INS GEWEBE UND BLUT, WERDEN DURCH DIE ADERN GESPÜHLT UND LAGERN SICH DORT, VOR ALLEM ABER IN DEN HERZKRANZGEFÄßEN, AB. SO KOMMT ES ZU DEGENERATIONSERSCHEINUNGEN WIE SIE SONST NUR BEI ÄLTEREN MENSCHEN VORKOMMEN, BEI KINDERN PRAKTISCH ZU 'FRÜH-VERGREISUNG'. DESWEGEN UNBEDINGT NICHT-HOMOGENISIERTE MILCH KAUFEN!

BEN, 1 ODER 2X IN DER WOCHE BIOLOG.

NAHRUNGSMITTEL EINZUKAUFEN UND DIE DIES GEMEINSAM UND BILLIG TUN WOLLEN.

ZU KAUFEN KANN, SOLL JEDER MONATLICH EIN PAAR MARK EINZAHLEN. ZUM LAGERN + VERTEILEN DER LEBENSMITTEL GENÜGT EIN TROCKENER RAUM UND EINE WAAGE. DIE SACHEN KÖNNEN ZUM EINKAUFSPREIS + 10% COOP KOSTEN (WIEGEFEHLER, SCHWUND VERDERBLICHKEIT, STROM ETC.) VERTEILT WERDEN. JEDER WIEGT SELBST AB UND RECHNET AUS, EINER SAMMELT DAS GELD UND ÜBERWEIST ES. GLÄSER, TÜTEN ETC. MÜSSEN MEIST EIN PAAR LEUTE BESORGEN - DIE MEISTEN VERGESSEN SOWAS. MANCHE COOPS STREBEN AN, DASS DIE LEUTE, DIE STÄNDIG DIE ARBEIT MACHEN, (WEIL ES OFT AN WENIGEN HÄNGEN BLEIBT) AUCH EIN BISSCHEN GELD DAFÜR KRIEGEN.

.... WAS ES ALLES GIBT.. IN EINER COOP......
REIS MAIS HIRSE BUCHWEIZEN LINSEN ERBSEN WEIZEN ROGGEN GERSTE HAFERFLOCKEN WEIZENFLOCKEN ETC. NUSSMUS TAHIN GOMMASIO VITAMR TAMARI MARGARINE SÄFTE ÖL SPAGETTI FEIGEN NÜSSE DATTE MARZIPAN KARTOFFELN & GEMÜSE DER SAIS AUCH SEIFE SHAMPONG UND VIELES MEHR WENN WILL

GRÖSSER WIRD DAS RISIKO

AUCH BEI KRANKHEIT GELANGEN DIESE STOFFE WIEDER INS BLUT.

BLEI
SYMPTOME VON BLEIBELASTUNG: MÜDIGKEIT, VERSTOPFUNG, NERVENENTZÜNDUNG.

CADMIUM
BLUTHOCHDRUCK, KNOCHENSCHÄDEN, KREBS

ALS "nicht unbedenklich" WIRD MAGERMILCHJOGHURT EINGESTUFT, ER ENTHÄLT OFT MAGERMILCHPULVER ALS DICKUNGSMITTEL. IM TIERVERSUCH WURDEN ERKRANKUNGEN FESTGESTELLT! ALSO BESSER VOLLMILCHJOGHURT KAUFEN.

Ca. 100 000 NIERENKRANKE IN DER BRD DURCH CADMIUM

KÄSE

ENTHÄLT - 5 MAL KONZENTRIERT - DIE RÜCKSTÄNDE & GIFTE DER MILCH (ALSO ANTIBIOTIKA, FUTTERZUSÄTZE, UNKRAUTVERNICHTUNGSMITTEL, CADMIUM, BLEI, QUECKSILBER, DDT USW.) ALS KONSERVIERUNGSMITTEL UND ZUR ERZIELUNG EINES 'KRÄFTIGEN' GESCHMACKS WIRD DEM KÄSE **NITRIT** ZUGESETZT

DIESE CHEMIKALIE WIRD - MIT SALZ VERMISCHT - AUCH BEI FLEISCH UND WURST VERWENDET. SIE FÄRBT FLEISCH INTENSIV ROT UND MACHT ES WÜRZIG-KRÄFTIG. OHNE NITRIT WÄRE ALLES FLEISCH & WURST NORMAL-GEFÄRBT, NÄMLICH: **GRAU!**

NITRIT VERWANDELT SICH IM KÖRPER IN EINE HOCHGIFTIGE, NACHWEISLICH **KREBSERREGENDE** SUBSTANZ (NITROSAMINE)
SEIT JAHREN VERSUCHEN VERBRAUCHERSTELLEN EIN VERBOT BZW. EINE BEGRENZUNG DURCHZUSETZEN.

KÄSERINDE ENTHÄLT OFT HOCHGIFTIGE FARBSTOFFE!

DIESE SUBSTANZEN WURDEN JETZT ALLERDINGS AUCH IN CAMEMBERT FESTGESTELLT. WIE SIE DA REINKOMMEN IST UNKLAR.

SCHMELZKÄSE...
UND ANDERE STREICHKÄSESORTEN ENTHALTEN **PHOSPHAT**. (→ PHOSPHORSÄURE) DIESE CHEMIKALIE BEWIRKT "EINE GEWISSE ENTKALKUNG DES KÖRPERS" (ZITAT) SCHÄDIGT ALSO Z.B. KNOCHEN UND ZÄHNE EXTREM! SOLCHER KÄSE IST MIT DEM HINWEIS 'MIT SCHMELZSALZ' GEKENNZEICHNET UND **... IST UNGENIESSBAR**

MANCHEN KÄSESORTEN WERDEN **ANTIOXYDANTIEN** ZUGESETZT. SIE SOLLEN VERHINDERN, DASS DER KÄSE DURCH ALTERUNG SOWIE DURCH STÄNDIGE NEONBELEUCHTUNG IN DEN KÜHLTRUHEN RANZIG WIRD.

IN DER BRD WERDEN NUR SOGENANNTE 'NATÜRLICHE' ANTIOXYDANTIEN VERWENDET. ANSONSTEN NIMMT MAN DIE VERBOTENEN. SIE WIRKEN IM KÖRPER WEITER UND SIND STARK **ALLERGIEVERDÄCHTIG**

KARTOFFELN

AUS NATÜRLICHEM ANBAU... SIND MITTLERWEILE RECHT EINFACH ZU BEKOMMEN. ES LOHNT SICH...

Ich kann KEINE BIOLOGISCHE KARTOFFEL VON EINER GEDÜNGTEN UNTERSCHEIDEN

OH WIRKLICH?

ALONARO

GRANOLA

DENN...

SUPERMARKT-KARTOFFELN...

sind mit giftigen Chemikalien gegen Auskeimen behandelt. Holland-Kartoffeln werden dafür RADIOAKTIV BESTRAHLT
... enthalten unverhältnismäßig viel **BLEI und CADMIUM** durch intensive Chemikaliendüngung. Man nimmt bis zu 20% weniger Blei und 10% weniger CADMIUM auf, wenn man auf SUPERMARKT Kartoffeln verzichtet.

... sind oft unreif und (beim Transport) grün geworden. Solche Kartoffeln sind auch nach dem Kochen noch GIFTIG.

Kartoffel-Verzicht kann Rheuma mildern

München – Verschiedene Formen von Rheuma können häufig gemildert werden, wenn die Patienten auf den Verzehr von Kartoffeln verzichten. Das berichtet Dr. Annette Herborn von der TU-München.

lni Braunschweig. Ein lang gehegter Wunsch der Pflanzenzüchter, Kartoffelsorten aus der Retorte zu gewinnen, ist in Erfüllung gegangen.

LCH, DIE AUS INDUSTRIEGEBIETEN STAMMT, ENTHÄLT GROßE NGEN AN PFLANZENSCHUTZMITTELN, DDT-ÄHNLICHEN STOFFEN D ANDEREN SCHADSTOFFEN AUS DER UMWELT. SIE WIRD DESGEN VON DEN MOLKEREIEN MIT MILCH AUS WENIGER BELASTEN GEBIETEN "VERDÜNNT".
DENKLICH IST DER HOHE GEHALT DER MILCH AN CADMIUM, S AUS DÜNGERRESTEN IM TIERFUTTER STAMMT. DÜNGER IST ARK MIT CADMIUM VERUNREINIGT (DURCH DIE HERSTELLUNG) DENKLICH IST AUCH DER GEHALT AN QUECKSILBER, DAS VERTLICH VON QUECKSILBERHALTIGEN 'BEIZEN' STAMMT, MIT NEN DAS FUTTER GEGEN SCHIMMELBEFALL BEHANDELT WIRD.

LES IN ALLEM WIRD EMPFOHLEN, NICHT MEHR ALS ½ - ¾ l MILCH AM TAG ZU TRINKEN

DASSELBE GILT FÜR QUARK UND FRISCHKÄSE, MAN SOLL MÖGLICHST WENIG DAVON ESSEN.

BACKE BACKE KUCHEN DER BÄCKER HAT GERUFEN

DER WEITAUS GRÖSS TEIL VON GIFTEN + SCHADSTOFFEN GELANGT DURCH DEN VERZEHR VON INDUSTRIELL ANGEBAUTEN & HERGESTELLTEN PRODUKTEN IN DEN KÖRPER!!!!!!!!!!!!!!!!!

WAS TUT DER BÄCKER INS BROT bzw. WAS IST SCHON DRIN

Mehl aus den USA (RADIOAKTIV BESTRAHLT). NORMALES MEHL HAT KEINEN NAHRWERT, IM GEGENTEIL, ES BELASTET DEN KÖRPER MIT D ZUTATEN, AUS DENEN ES ENSTANDEN IST, DÜNGERCHEMIKALIEN, SPRITZGIF WACHSTUMSREGULATOREN USW. SAATGUT IST MITTLERWEILE SO "UMGEZÜCHTET" DASS ES SPEZIELL SOLCHE CHEMIKALIEN AUFNIMMT UND SPEICHERT. GETREIDE WIRD ZUR LAGERUNG IN DEN SILOS MIT GIFTGAS BEHANDELT

DEM TEIG WERDEN *Wasserbindungsmittel* ZUGESETZT, DAMIT DAS BROT "SCHÖN FRISCH" UND VOR ALLEM SCHÖN SCHWER IST. DIESE MITTEL SETZEN SICH IM KÖRPER FEST UND WIRKEN DORT WEITER - SIE KÖNNEN ALLERGIEN AUSLÖSEN.
ALS TRIEBMITTEL NIMMT DER BÄCKER CHEMIKALIEN, DIE BEI ERHITZUNG GAS ENTWICKELN UND DEREN RÜCKSTÄNDE GIFTIG SIND.
SUPERMARKT BROT ENTHÄLT OFT PROPIONSÄURE (GEKENNZEICHNET) SIE WIRD ALS GIFT GEGEN SCHIMMELPILZE & MIKROBEN VERWENDET UND GIBT DEM BROT DEN TYPISCHEN MUFFIGEN GESCHMACK.

BROT UND KUCHEN WAS NICHT VERKAUFT WIRD, GEHT AN DIE GROßBÄCKEREIEN ZURÜCK. DORT WIRD ES GESAMMELT, GETROCKNET UND VERMALEN UND DEM TEIG ZUGEGEBEN. ABGESEHEN VON DER VERSCHLECHTERUNG DER QUALITÄT FÜHRT DIESE FORM VON MÜLLAUFBEREITUNG ZU EINER KONZENTRIERTEN ERHÖHUNG DER GIFTSTOFFE UND ZUSÄTZE.

OBSTFÜLLUNG, WIE SIE IN KUCHEN VERWENDET WERDEN, SIND VOM HERSTELLER MIT SCHWEFLIGER SÄURE VERSEHEN, DAMIT SIE FARBE BEHALTEN UND NICHT GAMMELN. SO WERDEN SIE AN DIE BÄCKEREIEN GELIEFERT.
BESONDERS APFELKUCHEN ENTHÄLT VIEL SCHWEFLIGE SÄURE. VORSICHT! MÖGLICHST NICHT ESSEN, VOR ALLEM WENN MAN ANDERE PRODUKTE, DIE SCHWEFLIGE SÄURE ENTHALTEN, ZU SICH NIMMT (Z.B. WEIN, MEERRETTICH, MARMELADE...)

SCHWEFLIGE SÄURE LÖST EINEN KRANKHEITSPROZESS AUS, DER MIT JEDEM mg WEITER GEHT
SYMPTOME: INNERLICH GESTRESST: SCHLAPPHEIT.

DICKUNGSMITTEL, DIE MITTLERWEILE IN VIELEN MILCHPRODUKTEN DRIN SIND, WERDEN AUS NATÜRLICHEN ROHSTOFFEN GEWONNEN, SIE SIND ABER - DURCH DIE GROßTECHNISCHE HERSTELLUNG - OFT STARK VERUNREINIGT MIT "TECHNISCHEN HILFSSTOFFEN", LÖSUNGSMITTELN, BLEICHMITTEL, und CHEMISCHEN KONSERVIERUNGSMITTELN.

LEBENSMITTEL AUS DEM AUSLAND ENTHALTEN OFT CHEMIKALIENZUSÄTZE, DIE IN DER BRD VERBOTEN SIND, Z.B. ANTIOXYDATIONSMITTEL die das RANZIGWERDEN VON FETT VERHINDERN SOWIE KÜNSTL EMUGATOREN, DIE DAS ABSETZEN VON FEUCHTIGKEIT UND WÄSSRIGEN BESTANDTEILEN VERHINDERN BEIDE STOFFE HABEN IN DER VERGANGENHEIT ZU ALLERGIEERKRANKUNGEN GEFÜHRT! VORSICHT ALSO VOR SÜßIGKEITEN AUS DEM AUSLAND (DIE STOFFE MÜSSEN GEKENNZEICHNET SEIN.)

KÜCHEN ECKE

Dr. Helle

WIE VERWENDET MAN KÜNSTLICHES..

Obst JE GRÖSSER UND EBENMÄSSIGER ES IST, DESDO MEHR DÜNGER, GIFT UND WACHSTUMSREGULIERER HAT ES DRAUFGEKRIEGT. VOR ALLEM: RADIESCHEN. DASSELBE BEI GEMÜSE.

Gemüse KOCHWASSER WEGSCHÜTTEN. ES IST MIT PESTIZIDEN u. SCHWERMETALLEN VERSEUCHT

Möhren SCHÄLEN! ABSCHABEN REICHT NICHT. DAS DICKE, OBERE DRITTEL WEGSCHMEISSEN. WURDE MEHRFACH IM RADIO GESAGT!



FRAU MAN KANN JA BALD GAR NICHTS MEHR ESSEN

verantwortungslos im sinne **heilehaus & kiezcoop**
der macht des guten geschmacks oder was ?

DAS KRAUT GEGEN DUMMHEIT ABER LIEBE OHNE DUMHEIT

MAN KANN JA BALD GAR NICHTS MEHR ESSEN.